

# TRITURAT - MAIG

2022-2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	2	3	4	5
<b>FESTA</b>	Pastanaga Patates Carbassó Vedella Iogurt	Sèmola d'arròs Ceba Pastanaga Gall dindi Iogurt	Patata Carbassó Pastanaga Pollastre Iogurt	Mongeta tendra Patates Pastanaga Filet de lluç Iogurt
8	9	10	11	12
Pastanaga Patates Carbassó Vedella Iogurt	Sèmola d'arròs Ceba Pastanaga Gall dindi Iogurt	Carbassó Patata Pastanaga Pollastre Iogurt	Mongeta tendra Patates Pastanaga Filet de lluç Iogurt	Patates Pastanaga Carbassó Vedella Iogurt
15	16	17	18	19
Mongeta tendra Pastanaga Patates Gall dindi Iogurt	Carbassó Patata Pastanaga Filet de lluç Iogurt	Patates Mongeta tendra Pastanaga Pollastre Iogurt	Pastanaga Patates Carbassó Vedella Iogurt	Sèmola d'arròs Ceba Pastanaga Gall dindi Iogurt
22	23	24	25	26
Carbassó Patata Pastanaga Filet de lluç Iogurt	Mongeta tendra Patates Pastanaga Pollastre Iogurt	Pastanaga Patates Carbassó Vedella Iogurt	Sèmola d'arròs Ceba Pastanaga Gall dindi Iogurt	Patata Carbassó Pastanaga Filet de lluç Iogurt
29	30	31		
Patates Mongeta tendra Pastanaga Pollastre Iogurt	Pastanaga Patates Carbassó Vedella Iogurt	Sèmola d'arròs Ceba Pastanaga Gall dindi Iogurt		

## CERALS INTEGRALS

Quan es parla d'alimentació saludable, els productes integrals no poden passar desapercebut perquè contenen l'anomenada fibra dietètica. La trobem als cereals integrals, les fruites, les verdures i els llegums i, des d'una perspectiva nutricional, la seva funció és vital per al nostre organisme.

I tu? Ja has canviat el blanc pel marró?

La cuina es reserva el dret a fer un canvi a últim moment, avisant per e-mail als centres.

En compliment del Reglament núm. 1169/2011 (UE) sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. La Vostra Cuina disposa de la informació sobre els al·lèrgens dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

Plat calent: Temperatura de conservació  $\geq 65^{\circ}\text{C}$ . Es manté calent a l'armari fins al moment de servir-ho.

Plat fred: Temperatura de conservació  $\leq 8^{\circ}\text{C}$ . Es manté a la nevera fins al moment de servir-ho.

Tot el menjar és per a consum immediat.



Seguim les recomanacions de la "Guia de l'Alimentació Saludable en l'Etapa Escolar" publicada per l'Agència de Salut Pública de Catalunya que segueix els Objectius de desenvolupament Sostenible de les Nacions Unides. Aquesta guia, a més de garantir la salut de les persones, pretén prendre consciència que amb petites modificacions contribuïm a promoure la producció i el consum responsable, la lluita contra el canvi climàtic.

VOSTRA CUINA SL  
Reg. San.: 26.03850-B  
Av. Egara, 50 (08192)  
Sant Quirze del Vallès  
Tel. 93 721 20 00  
www.vostracuina.com



La Vostra Cuina

C A T E R I N G